



# COMPACT RAPPORT

## Compacte Informatie over jouw NX11-onderzoek

Je hebt acht persoonlijke ervaringen beschreven en ten aanzien van 12 gevoelens van je gevoelscores voorzien.

De resultaten zijn in de vorm van enkele overzichten in dit compacte rapport weergegeven.

In de "Compacte Leeswijzer" op de achterzijde krijg je enkele handvatten voor het geven van betekenis aan de resultaten.

Een dialoog met een gecertificeerde NX11-begeleider aan de hand van een uitgebreid rapport geeft nóg meer inzichten en een extra dimensie aan jouw verhaal.

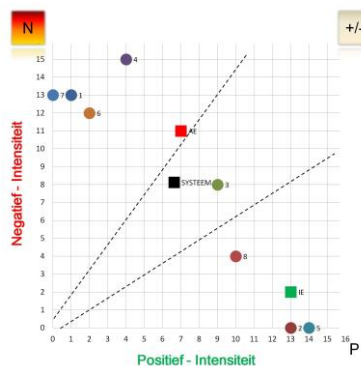
### KERNZINNEN EN GEVOELSPATRONEN

Nummer	Omschrijving	Z-MOTIEF	A-MOTIEF	POSITIEF	NEGATIEF	TYPE
1	Ik zit elke dag achter de computer om vacatures te zoeken. Ik zoek op funties, IT, die ik ken maar elke keer weer word ik niet enthousiast van die vacatures. Ik kom er niet uit. Ik doe mijn best maar kan niet verder.	0	3	1	13	LzLa-
2	Ik heb een goede baan en een mooi huis. Kinderen kunnen lekker buiten spelen met vriendjes en zitten op een leuke school. Iedereen is gelukkig. Ik heb bereikt wat ik wil dus ik kan alles loslaten.	13	15	13	0	ZA+
3	Vakantie Denemarken. Ik ging een rondje lopen met mijn vader en we vonden een veldmuisje. Ik pakte deze op om aan mijn vader te laten zien. Eigenlijk het enige moment dat ik iets met mijn vader deed.	8	12	9	8	A+/-
4	In een call zegt Annemaaike dat zij gevraagd is om het werk van Simone over te nemen. Dit is niet waar want dat werk heb ik overgenomen. Ze ontkent hiermee mijn bestaan.	1	0	4	15	LzLa-
5	Tijdens weekend in Zwitserland is de zwangerschapstest van mijn vriendin positief. Hier hebben we samen bewust invloed op gehad en nu gaan we samen een mooie toekomst krijgen. Iets wat ik graag wil is geluk!	15	15	14	0	ZA+
6	Dat ik geen baan vind en dat we blijven wonen waar we wonen. Hiermee zet ik het gezin vast. Mijn kinderen groeien op in een drukke straat zonder tuin en op een matige school. Ik blijf zitten waar ik zit.	2	2	2	12	LzLa-
7	Douwe Dirk wilde naast iemand anders zitten en ik werd naast iemand anders gezet waar ik niet blij mee was. Ik voelde me hierdoor minderwaardig.	0	0	0	13	LzLa-
8	Beslissing nemen om outplacement traject in te gaan. De weg vrij maken om mijn eigen toekomst vorm te geven. Ik heb mijn gevoel gevolgd en zelf deze beslissing durven nemen.	10	10	10	4	ZA+
AE	Hoe ik mij op dit moment in het algemeen voel	5	7	7	11	-
IE	Hoe ik mij zou willen voelen	14	13	13	2	ZA+

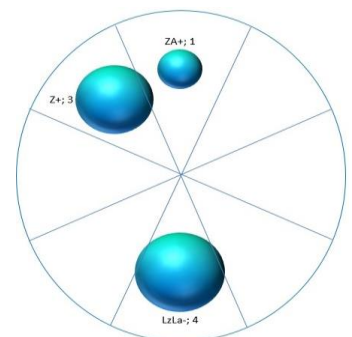
### VOLGORDE VAN GEVOELENS

GEVOEL	SOM	GEMIDDELTE	Z	A	P	N
VERDRIET	25,00	3,13				*
ZORGZAAMHEID	21,00	2,63	*			
ANGST	21,00	2,63				*
VERBINDING	19,00	2,38	*			
ENERGIE	19,00	2,38		*		
BLIJDSCHAP	19,00	2,38		*		
KWAADHEID	19,00	2,38				*
INNERLIJKE TROTS	18,00	2,25	*			
WARMTE	17,00	2,13		*		
KRACHT	16,00	2,00	*			
ZELFVERZEKERDHEID	15,00	1,88	*			
VERTROUWEN	15,00	1,88			*	

### SPREIDINGSDIAGRAM



### WAARDERINGSSYSTEEM





## Compacte Leeswijzer

### Kernzinnen en gevoelspatronen

In dit overzicht staan jouw persoonlijke ervaringen zoals je die zelf hebt beschreven. Rechts ervan zie je vier kolommen: Z-motief, A-motief, Positief en Negatief. Dit heeft te maken met de waarderingstheorie. Voor nu volstaat dat we 4 soorten gevoelens onderscheiden: Z, A, P en N.

Z staat voor gevoelens die te maken hebben met een behoefte aan zelfstandigheid.

A staat voor gevoelens die te maken hebben met de behoefte aan verbinding met iets of iemand anders.

P staat voor positieve gevoelens, die een beweging ergens naartoe uitdrukken.

N staat voor negatieve gevoelens, die een beweging ergens vanaf of tegenaan uitdrukken.

Als laatste zie je de kolom "Type". Hierin wordt weergegeven hoe de betreffende ervaring als gevolg van de combinatie van Z-, A-, P- en N-gevoelens in de waarderingstheorie wordt getypeerd.

*Welke ervaringen hebben een sterke Z-oriëntatie of in sterke mate een positieve 'kleur'? Waar zit onvrede?*

### Volgorde van gevoelens

Uit deze rangorde blijkt welke gevoelens het hoogst scoren en welke minder hoog. Dat wil zeggen dat in relatie tot hetgeen je beschreven hebt, bepaalde gevoelens meer op de voorgrond staan en andere meer op de achtergrond.

*Wat zijn de hoogst en wat de laagst scorende Z-, A-, Positieve en Negatieve gevoelens?*

### Spreidingsdiagram

In het spreidingsdiagram zijn jouw ervaringen geordend op basis van de mate waarin deze meer of minder positieve en/of negatieve gevoelens oproepen. Ervaringen die rechtsonder staan hebben een positieve gevoelskleur. Ervaringen die linksboven staan hebben een negatieve gevoelskleur.

*Hoe verhouden de verschillende ervaringen zich voor wat betreft hun gevoelskwaliteit (positief versus negatief) en hun gevoelsintensiteit onderling tot elkaar? Waar ligt het accent?*

Ambivalente ervaringen hebben vaak een bijzondere betekenis, omdat hierbij sprake is van een intrinsiek spanningsveld (+/-).

*Bestudeer de ambivalente ervaringen, die zowel positief als negatief zijn.*

*Kijk tot slot naar het verschil tussen jouw algemeen ervaren (AE) en ideaal ervaren (IE). Is er sprake van een bepaalde spanning tussen hoe het is en hoe je graag zou willen dat het is?*

### Waarderingssysteem

De cirkel geeft een indruk van jouw waarderingssysteem. Ieder segment in de cirkel geeft uitdrukking aan een bepaalde typering. Positieve Z-ervaringen wijzen doorgaans op ervaringen van zelfstandigheid, succes, prestatie, volharding, invloed en eigenwaarde.

De (Z+) oriëntatie legt de nadruk op autonomie, prestatie en invloed. Negatieve Z-ervaringen wijzen vaak op het niet eens zijn met de situatie zoals deze is, en op het streven naar de overwinning van weerstanden. Positieve A-ervaringen wijzen meestal op ervaringen van verbondenheid, liefde, ontroering, ontvankelijkheid, rust en troost. Er is hier sprake van harmonie of eenheid met de omgeving. Negatieve A-ervaringen wijzen meestal op een gemis, een onvervuld verlangen, een (definitief) afscheid, een onvervulde liefde, het niet kunnen bereiken van eenheid, er niet bij horen. Soms kan het ook betekenen dat je jezelf niet kan bereiken.

Ervaringen waar zowel Z als A hoog scoren in combinatie met veel positieve gevoelens (ZA+), zijn vaak krachtig, inspirerend en op eenheid en verbinding gericht. De negatieve combinatie van lage zelfbevestiging en lage eenheid met de ander (L<sub>Z</sub>L<sub>A</sub>-) kenmerkt zich door machteloosheid, leegte, isolement en stagnatie. Dit komt voor in situaties waarbij er geen grip meer is op de dingen die zich voordoen en waarin er ook geen verbondenheid is met anderen. Wanneer er in de cirkel sprake is van relatief veel ervaringen met de typering L<sub>Z</sub>L<sub>A</sub>-, dan heeft dit vaak een blokkerend effect op je. Het zijn meestal ervaringen van machteloosheid, angst, overspanning, slachtoffer zijn, isolement en leegte.

*Wat is het eerste beeld van jouw waarderingssysteem voor wat betreft de verdeling van jouw ervaringen over de verschillende typering, de accenten daarin, en is er sprake van een zekere balans en een zekere variatie?*

Meer info: [Bert Holman](#) | [06 36 14 09 62](tel:0636140962) | [bert@essenceiam.nl](mailto:bert@essenceiam.nl) | [www.essenceiam.nl](http://www.essenceiam.nl)